

國立成功大學
高教深耕計畫出國報告書

報告名稱：112學年第2學期赴德國杜賓根大學出國報告書

出國期間：2024年02月29日～2024年09月03日

經費來源：高教深耕計畫

單位：國立成功大學文學院外國語文學系

職稱：學士

姓名：王櫻蓉

中華民國 113 年 9 月 5 日

中文及英文摘要

本出國報告書旨在幫助計畫前往德國杜賓根大學交換的同學，掌握整個交換過程中需要處理的相關手續與流程，也期望透過筆者個人經驗分享，讓讀者對德國生活以及杜賓根這座城市有更進一步的認識，作為日後規劃申請的參考依據，以及伴其交換旅程的實用指南。內文筆者首先簡述選擇至德國杜賓根大學交換的理由，接著條列整理了從校內甄選、赴外申請、行前準備、抵達交換校、研修期間、啟程歸國等交換各階段涉及的手續、流程以及注意事項，同時提供自身實例給大家參考，最後總結這段交換歷程帶給筆者的收穫與啟發。

Given that much of the online information regarding exchange experiences at the University of Tübingen in Germany is outdated, this report provides an up-to-date and comprehensive guide to the necessary administrative procedures throughout the entire exchange journey, aiming to assist students who are planning to participate in an exchange program and apply to the University of Tübingen. I also hope that my personal exchange experience can help readers gain a deeper understanding of German life and the distinctive character of Tübingen, serving as a practical reference for both their future application process and their time abroad. This report begins with an explanation of my motivation for selecting Germany and the University of Tübingen as my exchange destination. It then details six stages of the exchange process, including internal selection at the home university, application to the host university, pre-departure preparations, arrival at Tübingen, the study period, and the return journey. Key information, relevant links, and practical advice drawn from my own experience are provided to ensure the reader's convenience. This report concludes with reflections on the personal growth and inspiration gained from this enriching exchange journey, along with friendly suggestions for future applicants to help them navigate their own exchange journey successfully.

目次

- 一、動機
- 二、申請流程
 - (一) 校內甄選階段
 - (二) 赴外申請階段
- 三、行前準備
 - (一) 申請簽證(含保險、限制提領帳戶)
 - (二) 購買交通票
 - (三) 準備歐元現金
 - (四) 收拾行李
- 四、抵達交換學校的行政流程
 - (一) 入住宿舍
 - (二) 國際處報到
 - (三) 入籍
 - (四) 銀行開戶
 - (五) 啟用限制提領帳戶
 - (六) 啟用保險
 - (七) 電信選擇
 - (八) 購買交通票
 - (九) 繳廣電費
- 五、我的日常生活
 - (一) 飲食
 - (二) 宿舍開箱
 - (三) 修課心得
 - (四) 杜賓根景點推薦
- 六、離開德國前的行政流程
 - (一) 杜賓根大學的離校手續
 - (二) 辦理退籍
 - (三) 寫信取消 TK 公保
 - (四) 取消訂閱 Deutschlandticket
 - (五) 離宿
 - (六) 下載修課成績單
- 七、心得與建議

本文

一、 動機

因為喜歡語言而就讀外文系的我，曾為了未來好找工作，大二跑去雙主修會計，四年大學生活就這麼在書堆中度過，直到最後一年才意識到自己一點也不快樂，所以毅然決然選擇放棄。

想想這些年似乎都在為了滿足社會期待而努力，從沒為自己而活，不甘心就這麼畢業，加上對自身未來職涯規劃還是頗為茫然，所以我決定延畢，完成一直以來「出國交換」的夢想，將其做為 Gap Year，全心全意的探索自我。

選擇德國，一是因為我二外選修德文，基本的語言能力能幫助我更快速適應當地生活，我也能透過與母語人士的交流，學習更道地的德文，持續精進自我；二是因為我想跳脫舒適圈，嘗試在文化思維、生活模式和習慣皆與亞洲地區相異的西方世界學習及生活，除了開眼界，我也期望藉由各式各樣的思想與價值觀碰撞，激發更多關於人生的可能性。

在成大所有德國姊妹校中，杜賓根大學提供最多人文領域課程，且以卓越的語言學研究和教學聞名。相較於大城市的喧囂，我更喜歡小城鎮的靜謐，故位於德國老城區、擁有豐富歷史和獨特文化的杜賓根大學，毫無疑問地成為了我的交換校首選。

二、 申請流程

(一) 校內甄選階段

1. 報名

務必參照成大國際處的[赴外交換簡章](#)，確認當學期的申請日程、應繳資料，以及開放的交換校名額。

若有交換的打算，建議儘早準備申請文件，最重要也最花心力的不外乎就是考取外語檢定及撰寫英文自傳／讀書計畫。預計大五下出國交換的我，大四下學期初（2月底）開始準備資料，5月報名。

推薦大家撰寫英文自傳與讀書計畫時，除了使用 Grammarly、ChatGPT 等 AI 工具檢查英文語法與拼字外，寫完也可以利用以下2個學校免費提供的「英文寫作諮商」服務，來優化寫作架構。

- (1) 全球競合力培養中心：學生輔導之一對一諮詢服務(一般英文寫作/中英文履歷/學術英文寫作)
 - 由國際生批改，面談指導
- (2) 成大外語中心：英語寫作諮商服務
 - 由外語中心的老師批改，面談指導
 - 主要針對撰寫架構、邏輯、內容提出建議

不知從何下筆的同學，可以參考[我的部落格文章](#)，內有我的撰寫思路分享。

2. 確認錄取學校

結果公布後，除了繳交保證金，也要開始準備申請「跨國雙向獎學金」。

成大交換學生基本上都有申請跨國雙向獎學金的資格(除了赴外研修地點為大陸、香港或澳門地區者以及在職專班學生沒有)，而根據國際處網站提供的補助辦法，其獎助金額與名額會依學校當年度預算審核做調整，所以不一定人人有獎，即便審核通過，每個人拿到的補助金額也不一定相同。

雖然不清楚學校的審核標準，但我想申請人唯一能做的就是將應繳資料準備齊全了吧！我微調當初校內報名時使用的英文自傳、讀書計畫，讓其更符合現況，然後翻譯成中文；針對其他有利於審查之文件，跟當初參加校內甄選不同，我除了放獎狀與活動證明外，還多放2封教授推薦信，個人覺得很有幫助，建議儘早準備。

(二) 赴外申請階段

1. 提名&線上申請

2023/09/21 收到成大國際處來信，依指示在期限內回傳個人基本資料

2023/10/06 收到成大國際事務處的來信，通知已向杜賓根大學完成提名

2023/10/6~2023/11/30 線上申請

(1) 收到杜賓根大學的來信[Your nomination for a Stay at the University of Tübingen]，點選信件下方連結，進入 Online registration for Mobility-Online 的頁面，開始註冊 Mobility-Online

(2) 完成註冊，會再次收到杜賓根大學的來信[Your Online Application - Confirmation of Registration]，點選信件下方連結，登入 Mobility Online，依指示填寫個人資料並上傳其要求的申請文件

(3) 完成上述步驟後，會收到杜賓根大學的來信[Your application at the University of Tübingen]，通知已完成申請，接下來會由他們進行審核

*請務必在期限內完成！根據杜賓根大學行事曆，約12月~隔年1月才會收到入學通知(Letters of admission)，請耐心等待。

*我於2023/12/15收到入學通知。

2. 宿舍申請

線上申請，期限為2023/10/1~2023/12/31，還沒有入學通知(letter of admission)依舊可以先申請，等之後拿到再補繳即可。

申請後，每隔兩週就會收到一封 Studierendenwerk Tübingen 自動發送的郵件[Ihre Bewerbung Nr. xxxxxxx vom 申請日期]，確認是否依舊有住宿意願(繼續排隊 XD)，請務必在期限內點選信件內附的連結，否則先前的申請會被取消。

更詳細的流程可以參考[我的部落格文章](#)。

3. 學前德文課報名

交換期間，我擔任了某留學代辦公司的校園大使，並針對杜賓根學前德文課撰寫了一篇介紹[文章](#)，內有相關報名資訊以及我親身參與 Deutsch-Kompakt Kurs 的心得分享，歡迎有興趣的同學參考。

4. Buddy 學伴申請

杜賓根校方會寄一封電子郵件，有意申請學伴的話，點選內附的連結填寫

表單即可，之後就會收到配對結果，上面有學伴的聯絡資訊，就可以開始聯繫對方囉！

這不是強制的活動，但我蠻推薦找個學伴，在遇到關於德國、杜賓根、大學等相關問題時就不會求助無門；而且學校是用興趣及目標來幫大家配對，所以有蠻高機率能遇到有共同話題的學伴，進而成為朋友，像我就常常和 Buddy 吃飯聊天，順便和母語人士練習德文口說 XD

5. 註冊

等收到杜賓根大學的來信[Instructions for enrollment-Tübingen University]，請根據信件指示，在期限內線上完成註冊手續。

6. 選課

等收到杜賓根大學的來信[Course Registration and Introductory Events - Tübingen University]，請根據信件指示，在期限內至杜賓根大學選課系統 [Alma](#) 完成選課。

三、 行前準備

(一) 申請簽證(含保險、限制提領帳戶)

請參考我的部落格文章 [【2023/24德國簽證\(含限制提領帳戶&保險\)办理流程分享】](#)

(二) 購買交通票

➤ 台灣-法蘭克福：飛機

我是等拿到簽證才買機票。考量自己是第一次隻身搭乘長途飛機到異國，為了避免不必要之麻煩，我選擇華航直飛（來回）。

➤ 法蘭克福(Frankfurt)-司徒加特(Stuttgart)-杜賓根(Tübingen)：火車或巴士

我選擇搭火車，不過這段沒有直達車，需在司徒加特轉車一次。德鐵票價隨時間浮動，越早買越便宜。買票時記得預留一點從機場出關到火車站的緩衝時間，我大概抓了2~3小時。

(三) 準備歐元現金

歐元現金一定要帶，絕對會用到（像是儲值學生證），我總共帶了€1,500，覺得蠻夠用的。

(四) 收拾行李

1. 三大打包原則

- ✓ 不帶會後悔、對自己有特殊意義的物品
- ✓ 當地難以購買到此物品或其替代品
- ✓ 抵達後的前3天馬上需要用到的物品

2. 我的打包清單

(1) 行李箱/包包（請依航空公司規定為準）

- 托運行李 2 件：29吋+27吋
 - 行李箱建議選擇29吋以下，比較好行動
 - 每件重量不能超過23公斤
- 手提行李 1 件：44L 大後背包（旅行我都帶它）

- 20吋以下的登機箱或45L內的後背包
- 重量不能超過7公斤
- 隨身行李 1 件：斜背包（上課用的後背包我塞在行李箱）
 - 斜背包或一般後背包

(2) 服裝配飾

- 襪子
- 內衣褲
- 褲子或裙子
- 短袖上衣
- 毛衣
- 發熱衣
- 發熱褲
- 外套（厚外套、輕薄羽絨外套各一件）
- 保暖配件（圍巾、毛帽、手套、毛襪）
- 泳裝
- 鞋子（外出、運動鞋各一雙）
- 室內拖鞋

✚ 我的經驗談：

- ◇ 建議準備一週的份量，夠用就好！
- ◇ 因應冬季的外套、鞋子、保暖配件也可以視需求到當地購買
- ◇ 可以打包幾件自己心愛的衣物，免得在歐洲找不到適合自己的款式或尺寸
- ◇ 推薦洋蔥式穿搭，可以節省行李空間又可以因應多變的歐洲天氣。例如：攜帶冬夏兩用的下著，氣溫極低時，加件輕薄的發熱褲或毛襪即可，上半身同理。

(3) 日常生活用品／食品

- 個人藥品
- 個人電子產品
- 盥洗用品旅行組
- 文具
- 隱形眼鏡
- 隨身餐具組
- SIM 卡
- 台灣泡麵、沖泡飲品
- 梳子&髮捲&髮飾
- 衛生棉

(4) 重要文件/現金

- 護照
- 護照影本
- 證件照
- 財力證明、保險證明、宿舍匯款收據
- 歐元現金

(5) 旅行必備小物

- 萬國轉接頭
- 防盜密碼鎖
- 真空壓縮袋
- 防盜腰包
- 行李秤

四、抵達交換學校的行政流程

(一) 入住宿舍

租約起始日就是最早可入住日期，無法提前，也要記得提前寫信和 Hausmeister 約辦理入住的時間，只能選擇他們的上班時段，故訂機票時要注意抵達日期。

辦理入住很簡單，只要拿著宿舍匯款收據去找你的 Hausmeister 即可。他會給你一張入住證明 Wohnungsgeberbestätigung (入籍必備文件之一)、一份住宿相關文件 (帶回去好好研究，之後要交回)、鑰匙及預購的床包組，然後為你簡單導覽一下房間、公共區域。

(二) 國際處報到

如果你有參加 Deutsch-Kompakt-Course，課程會安排時間帶大家去報到，不用自己預約，其他人則需自行上網預約時段。報到當天領取學生證以及一組用來登錄大學各大平台 (像是學校信箱、Alma、ILIAS) 的個人帳密。

(三) 入籍

入住宿舍後的2週內，必須至當地市民辦公室 (Bürgeramt/Bürgerbüro) 辦理戶籍登記，也就是入籍 (Anmeldung)。

- 預約方式：請至[杜賓根市民辦公室網站](#)預約，流程請參照學校提供的[教學指南](#)。
- 預約時間：線上預約開放至兩個月後的時段，建議已知入境德國日期的同學可先上網預約。
約不到時段怎麼辦？
我當初是天天刷網站 (特別是德國時間早上七~八點，通常會有名額釋出)。根據我的不專業觀察，在預計辦理日前兩週左右會釋出名額，我就是 2/19 預約到 3/1 的時段。
- 攜帶文件：護照、入住證明 Wohnungsgeberbestätigung
入籍完畢會拿到入籍證明 (Meldebescheinigung)，過幾天也會收到一組稅號。

(四) 銀行開戶

德國常見實體銀行有 Deutsche Bank、Commerzbank 及 Sparkasse。你可能也聽過歐洲兩大網路銀行 Revolut 和 N26，以下提供兩者特色讓大家比較：

Revolut	N26
開戶簡單快速，不用真人驗證	開戶速度快，但需真人驗證；自2023年起，也需要居留證件驗證
免帳戶管理費、免信用卡年費	免帳戶管理費、免信用卡年費
有30多種外幣選擇，外幣刷卡、換匯免手續費 (每個月上限 6,000 歐)	全球刷卡免手續費
全球 ATM 可提領現金 (每個月有200	免費提款 (單筆提領上限200歐，24

歐的提領額度，在此範圍內 Revolut 不收手續費，但部分 ATM 會收)	小時提領限制為900歐；部分地區有每月免費提領次數限制)
免費虛擬卡，實體卡要另外申請，費用7歐	免費虛擬卡，實體卡要另外申請，費用10歐

考量開戶便利性以及日後有到其他歐洲國家旅遊的打算，我選擇使用 Revolut。[Revolut 開戶教學](#)推薦參考部落客 Yun 撰寫的文章。

(五) 啟用限制提領帳戶

下載 Expatrio App 並登錄個人系統後台，點選進入 Blocked Account 的頁面，依指示填寫資料，之後準備好護照，找個網路良好、光源充足的地方進行真人視訊驗證。

(六) 啟用保險

同上，登錄 Expatrio 個人系統後台，點選進入 Public Health Insurance 的頁面，按下啟動鈕 (Activate)，依指示填寫資料、上傳文件，包含銀行帳戶、德國地址以及註冊入學證明 (Immatrikulationsbescheinigung)。

*如何下載 Immatrikulationsbescheinigung ?

登錄 Alma → My Studies → Student Service → Requested Reports / Reports

等待審核通過，確認資料無誤，就會收到一封實體信，請依照信件指示上傳符合規格的照片，供其製作保險卡。

(七) 電信選擇

德國常見的電信廠商有 Vodafone、O2 及 Aldi talk，可至超市或是電信門市購買預付卡。我選擇到杜賓根老城區的 Vodafone 實體店面購買，並攜帶護照請店員幫我開通。

我使用一個月6GB、€9.99的方案，空卡€10，店員直接替我充值兩個月，故當天我共支付€30。

之後充值，可以下載 Vodafone App 自行操作，雖然只有德文頁面，但只要點選 Aufladen，選擇儲值金額即可，十分方便。

其實我本來打算使用收費相對便宜又有優惠活動的新興電信 fraenk，無奈不能用台灣護照驗證，只能用居留證，只好選擇 Vodafone。

(八) 購買交通票

我使用 Deutschlandticket (使用範圍請參考 [Nora 撰寫的部落格文章](#))，因為是杜賓根大學學生，所以有優惠，無須一個月支付€49。

1. [Deutschlandticket JugendBW](#)

- 一次買6個月 (價格請見官網)
 - 夏季學期：3/1-8/31或4/1-9/30，2/1開放購買
 - 冬季學期：9/1-2/29或10/1-3/31，8/1開放購買
- 僅適用於27歲以下的學生

2. [Deutschlandticket Tübingen](#)

- 月付€34
- 僅適用於戶籍地在杜賓根的居民（我們有入籍就是！）
- 購買時間：每月27號以前
- 取消訂閱：須於「前一個月10號以前」取消「隔月票」。舉例來說，9月我不打算繼續使用 Deutschlandticket，我得在8/10以前取消訂閱（[點我登錄解約 kündigen](#)）。

若有規劃好買入時間點，第一種是最划算的，但因為我太晚知道，所以我用第二種。

以上兩者都是電子票，需要另外下載 App 「WohinDuWillst」來開啟票卷，步驟為：開啟 App → 點選 My Tickets → Import Subscription → 輸入 Abrufcode
*Abrufcode 會在買完票的幾日後以電子郵件寄出

日後遇到查票就開啟 App 出示票卷即可。

(九) 繳廣電費

繳納方式可以參考 WillStudy 製作的[攻略](#)。

五、 我的日常生活

(一) 飲食

1. 德國超市

超市絕對是交換生的省錢福音～而且德國超市真的超好逛 XD

以下是常見的德超品牌，杜賓根都有，依價位區分：

- 高價位：Edeka、Rewe
- 中價位：Kaufland
 - 屬於大型賣場，品項齊全、價格合理、食物品質佳、環境乾淨整齊，離我的宿舍又近，所以我最常去這間。
 - 星期一會有很多即期肉類特價出售
- 低價位：Aldi、Lidl

※ 關於德超，你必須知道的冷知識：

- [空瓶回收機](#)（影片來源：德映國際）
- [蔬果秤重機](#)（製作於本人交換時擔任德映國際校園大使期間）
- [麵包切片機](#)（製作於本人交換時擔任德映國際校園大使期間）
- [常見肉類名稱圖解](#)（製作於本人交換時擔任德映國際校園大使期間）
- 一些吃起來有台灣口感的食物
 - Spitzkohl（尖頭）、Urkohl（圓頭）高麗菜
 - ◆ 千萬不要買到 Weißkohl，超級難吃！
 - Chinakohl 大白菜
 - Spinat 菠菜
 - ◆ 德國人將其作為沙拉配菜，但我都會煮過
 - Milchreis 牛奶米
 - ◆ 德國人用這種米做甜點，但它煮起來跟台灣的白飯口感很像

2. 杜賓根學餐

可以用便宜價格體驗德餐的地方 XD

美不美味見仁見智，但是真的方便，尤其中午來不及回去煮飯的時候...

- [Mensa Morgenstelle](#) (不在市區，遠...)
- [Mensa Prinz Karl](#) (位於老城區)
- Mensa Shedhalle (我最常去這間，但它是臨時的，於2024/07/26歇業，2024/25將移回已整修好的原址 [Wilhelmstraße](#))

3. 杜賓根外食推薦

- [Esszimmer](#) → 乾淨衛生的健康餐
- [Hao's Box](#) → 方便快捷
- [Salam Box](#)
- [Collegium](#) → 德餐
- [Gasthaus Bären](#) → 德餐，但份量偏小，適合點多道多人分食
- [Lustnauer Mühle](#) → 推薦 Pizza !
- [El Pecado](#) → 想念中式料理可以來
- [Saints & Scholars Tübingen](#) → 漢堡
- [An An](#) → 越料
- [Café Hanseatica](#) → 可頌好吃
- [Zuckerbäck](#) → 我最愛的咖啡廳，蛋糕超讚！

(二) 宿舍開箱

- 我的宿舍：Französisches Viertel ([Landkutschersweg 10](#))
- 房租：€274/月
- 地理位置：位於杜賓根南邊，環境清幽。門口就有公車站牌(1號)，或走路6分鐘到 Aixer Straße 搭車(1號、4號、13號、深夜巴士 N95)；搭車15分鐘可到火車站
- 格局：6人共用廚房及浴室(3個洗手台、2間廁所、2間淋浴間)，每人都有自己的單人房
- 住宿心得：臺灣學生宿舍多半都得和他人共用房間，然而歐洲宿舍基本上都是單人房，擁有自己的個人空間，相當重視隱私性，我覺得這樣很棒，比較不需要擔憂作息時間、生活習慣不同的問題。我也非常幸運，遇到5位願意一起合作維持公共區域整潔的德國室友，生活起來相當舒適。不過這學期大家似乎頗為忙碌，沒有太多機會坐下來好好了解彼此，有點可惜，不過他們人都超友善，為我解答不少在德國生活碰到的疑難雜症。
 - 宿舍房間有網路孔，但要自備路由器與網路線
 - 房間有暖氣，沒有冷氣，夏天基本上只能開窗，但我個人覺得還能接受，無需另外買電扇
 - 推薦大家自備3M無痕掛勾和童軍繩，在房間曬衣服會方便很多。

(三) 修課心得

- **Deutsch Kompakt Kurs - B1 (9 ECTS)**
此為先前提及的學前德文課，相關介紹、報名方式以及參與感想可以參考我交換時擔任校園大使撰寫的[文章](#)。
- **Aufbaukurse - Deutsch Intensiv B2 (8 ECTS)**
精進德文是我選擇來到德國交換的一大目標，所以在學前德文課老師的建議下，我於開學後繼續修習 B2密集德語課程。

該課程需額外付費 (€25)，採全德文授課，每堂課包含休息時間共3小時，一週2堂。上半節著重在文法，老師使用自編教材教學；下半節則有較多的對話與討論，每次主題不盡相同，各組都會有助教從旁引導。

這門課有三次小考，考試重點為文法以及主題討論提及的字彙、問答等，另外還要撰寫三篇文章。

我覺得在德國上德文課和在台灣上的模式與感覺很不一樣。在台灣的課堂，學生比較依賴老師，抄下老師說的、寫的，然後將其視為正解背起來；在德國，老師不太會照著課本念，反而會加入很多討論與活動，自己想到什麼或是同學提到什麼就馬上補充，在這裡，不是只有老師講的才是對的，同學們天馬行空的回答也可以被接受。

起初我很不習慣，因為我總覺得自己抓不到考試重點，而感到難以消化。但換個角度想，學習本就不只是為了考試，每個人都可以用自己的步調去吸收、用自己的方式去理解，所以也就不那麼焦慮了！

➤ **Alltagskommunikation und Umgangssprache ab B1.1 (4 ECTS)**

該堂課一週90分鐘，內容聚焦在「德文母語者於日常生活中如何使用德語」，每週都是不同的主題，從發音、語氣、語法、用字、外來語、方言等都有涉略，期末也有小組口說報告。

這門課能提供你讓德文說得更加道地的知識，但在課堂上開口說的機會並不多，要靠自己課後運用在日常生活中。不過老師人很好，他講課時的發音和語速對國際生來說十分友善，所以我的聽力反而進步不少 XD

➤ **Internationaler Theater-Workshop (3 ECTS)**

此為德文戲劇課，老師會在課堂中穿插小遊戲和即興演出，即使文法不正確或說得不流利也沒關係，老師都會從旁協助。學期末有成果發表，我們這學期的主題是「衝突」，共演出了4齣小短劇，還一起演唱了德文歌，是相當特別的回憶。

整體而言，我覺得這是一門你越敢說、越不怕尷尬、學到越多的課程，因為即興演出幾乎是課程主軸，如果總是因為懼怕詞窮帶來的尷尬感，而對上台卻步，老實說到最後會很沒有課堂參與感。

※ 注意：選修杜賓根大學的德文課前，必須參加線上分級考試。

➤ **Zumba & Indischer Tanz**

體育課沒有學分且需額外付費，但相當熱門，大家報名時手速要快！
體育課課程種類及選課時間請見[杜賓根大學官網](#)。

(四) 杜賓根景點推薦

➤ [Neckarbrücke](#)：可以搭乘 Stocherkahn，欣賞絕美湖畔風光～

■ Stocherkahn 是杜賓根限定小船。每年6月，約台灣端午節前後，會舉辦 Stocherkahnrennen (德國版划龍舟比賽)，贏家能獲得一大桶啤酒，輸家則要在大眾面前喝掉半公升魚油。

➤ [Stiftskirche](#) am Holzmarkt：坐在教堂前的階梯享用冰淇淋，超 chill～

➤ [Rathaus](#) am Marktplatz：星期一三五在市政廳前的廣場有早市！鮮花、蔬

- 果任君挑選。我買過一盒草莓，雖然比超市貴一點，但非常新鮮可口。
- Augustuskopf im Schlosshof：來到城堡廣場，絕對要和羅馬帝國開國君主奧古斯都的大理石頭像拍照留念啦！
 - Wildpferd im [Museum Alte Kulturen Tübingen](#)（學生免費參觀）
這座博物館擁有豐富的古埃及、羅馬、希臘文物。在這裡，你可以欣賞到世界上數一數二老的具象藝術品真跡——用長毛象象牙製成的野馬雕塑 Wildpferd。
 - [Schloss Hohentübingen](#)：站在城堡制高點能一覽杜賓根全景
 - [Botanischer Garten](#)：踏青野餐的好去處
 - [Österberg](#)：一個能俯瞰杜賓根市景的小山丘，適合野餐、看日落
 - [Baggersee Hirschau](#)：可以游泳的湖，但我喜歡在湖邊發呆
 - [Erdmute Wekemann](#)：想體驗在麥田邊看夕陽一定要來這裡！
 - [Bebenhausen](#)：位於杜賓根的修道院與城堡
 - [Kuckuck](#)：學生酒吧

六、離開德國前的行政流程

(一) 杜賓根大學的離校手續

1. 線上填寫[表單](#)取消註冊（Termination of Enrollment）
欄位填寫指南請參考[杜賓根大學網站](#)
2. 至國際處註銷學籍
請先上網[預約時段](#)（學校規定辦理時間為離開前5天）

(二) 辦理退籍

辦理時間：離宿前1週內，或是離宿後2週內

辦理方式：

- 攜帶護照親自到 Bürgeramt/Bürgerbüro 辦理（和入籍一樣，要先到[杜賓根市民辦公室網站](#)預約，記得選擇 Abmeldung ins Ausland）
- 線上辦理（需要先註冊、只有德文網頁）

(三) 寫信取消 TK 公保

建議離開前1個月就寄信給 TK 客服（service@tk.de），表明自己即將離開德國，所以想要解約。記得填妥 [standard cancellation letter](#) 一併寄出。之後就會收到 TK 寄來的實體信，告知你將被按比例收取剩餘天數的保費。

因為保費都是綁定銀行帳戶自動扣款，有可能收款時你已經回台灣了，所以如果你是使用網銀，記得戶頭還是要有錢；如果你是開德國帳戶，離開前一定得關帳，要提前把情況告知保險公司。

(四) 取消訂閱 Deutschlandticket

須於「前一個月10號以前」取消「隔月票」。

舉例來說，9月我不打算繼續使用 Deutschlandticket，我得在8/10以前取消訂閱（[點我登錄解約 kündigen](#)）。

(五) 離宿

記得先寄信給 Hausmeister 約離宿時間。

[個人離宿經驗分享]我住在 Französisches Viertel (Landkutschersweg 10)，本以為 Hausmeister 會在約定時間來檢查，結果沒有，所以我直接去辦公室找他，

然後他給了我一個信封，要我把鑰匙放進去，並要求最晚當天早上11點前投到他辦公室門外的信箱裡。

不過我住 WHO 的同學說，她房東檢查的很仔細，所以一切還是以各宿舍離宿辦法為準。

(六) 下載修課成績單

登錄 [Alma](#) → My Studies → My achievements → 下載 Transcript of Records for Exchange Students [PDF]

七、心得與建議

在這說長不長、說短不短、如夢般的6個月，我每天都過得十分充實，待人處事的態度有了很大的轉變，也學會如何去平衡自己的生活，最重要的是：更加認識自己。

我也達成了行前為自己設下的3大目標：一是結識了來自世界各地的朋友，一起學習、玩耍、交流彼此的文化；二是精進德文，並活用於日常生活中；最後是透過旅行看世界。

除了勇敢跨出舒適圈，用行動實踐夢想，收穫意想不到的風景外，這趟交換旅程也讓我體悟到人生有無限可能。世界之大，存在形形色色的人、多元的生活模式，不必擔心害怕沒有自己的一席之地，只要自信、踏實地走在自己所選、所愛的路，那就有意義，因為人生沒有所謂的正確答案，每個人都在講著屬於自己獨一無二的故事，所以別讓社會框架束縛你，「你有自己的花期」。

這一路上的跌跌撞撞使我更加獨立、勇敢，收穫的善意以及所見所聞也都將成為日後推動我前行的力量，希望自己未來也能將交換時光帶給我的美好延續下去。

選擇「出國交換」是我為自己做過最正確的決定，很感謝家人朋友一直以來的支持，也謝謝跨國雙向獎學金成就我的夢想。

現在該夢醒了，但這段令人永生難忘的經歷，毫無疑問地，讓我成為了更好的自己。

建議事項：

- 可以加入 Line 群組當我們同在德國2，或 Facebook 社團杜賓根台灣同學會，獲得更多關於德國及杜賓根相關資訊。
(有問題可以禮貌詢問，切記不要當伸手牌)
- 我在奧地利因斯布魯克旅行時，莫名其妙遇到極度不友善的歧視行為(對方無故對我行納粹禮、比中指、眯眯眼)，因為是第一次遇到，當下很震驚以致於沒有即時錄影存證，只有最後回過神捕捉的背影。因為氣不過，隔天去報警，警察說會幫我留意，但我也心知肚明，沒有證據是很難讓對方付出代價的。警察說「納粹禮」在德國、奧地利都是違法的，提醒大家，若不幸遇到類似情形，無論如何記得馬上報警！沉默無法保護你。

附錄



內卡河河畔的彩色小屋



學生餐廳（炸馬鈴薯好吃！）



宿舍房間與廚房



臺灣美食分享（咖哩、珍珠、綠豆）



Deutsch Kompakt Kurs 大合照



全德文報告



交換期間認識的好朋友們



學生酒吧 Kuckuck 初體驗



在司徒加特國家歌劇院欣賞歌劇



與德文密集課老師的合照



外國朋友推薦的中餐廳



Internationaler Theater-Workshop 合照



Abenteurerinnen